

ڈاکٹر عائض القرنی کی عربی کتاب ”لا تحزن“ کا اردو ترجمہ

# غم نہ کریں

مصنف

ڈاکٹر عائض القرنی

مترجم

عطریف شہباز ندوی

الدار العالمية للكتاب الاسلامی

☆ نام کتاب: غم نہ کریں

☆ مصنف: ڈاکٹر عائض القرنی

☆ ترجمہ عربی کتاب ”لا تحزن“ بارہواں ایڈیشن ۱۴۲۵ھ / ۲۰۰۴ء

☆ اردو ایڈیشن: پہلا ۲۰۰۶ء

☆ مترجم: عطریف شہباز ندوی

☆ ایڈیٹنگ: محمود عالم / نظر ثانی: پروفیسر یوسف ریاض

☆ کمپوزنگ: آئی آئی پی ایچ

☆ کورڈیزائن: آئی آئی پی ایچ

## خاتمہ

آئیے آپ اور میں، اس بزرگ و برتر ذات کا رخ کریں جو اکیلا ہے، بے ہمتا ہے، جی و قیوم ہے، عزت و جلال والا ہے۔ آئیے اس کی چوکھٹ پر کھڑے ہوں اس کے در پر گڑ گڑائیں، اسی سے مانگیں اُسی سے سوال کریں، وہ مغفرت کرتا ہے، شفا دیتا ہے اور کفایت کرتا ہے۔ وہی خالق ہے وہی رازق اور وہی مارنے اور جلانے والا ہے۔

”اے ہمارے رب ہمیں دنیا و آخرت میں خیر عطا فرما، جہنم کی آگ سے بچالے۔“

اے اللہ! ہم تجھ سے درگزر، عافیت اور دنیا و آخرت میں معافی کے سوالی ہیں، اے اللہ! ہم تجھ سے اُسی کا سوال کرتے ہیں جس کا تیرے نبی محمد صلی اللہ علیہ وسلم نے کیا، اس سے تیری پناہ چاہتے ہیں جس سے تیرے نبی محمد صلی اللہ علیہ وسلم نے پناہ لی ہے۔

اے اللہ! ہم غم و فکر عاجزی اور سستی سے، بزدلی اور کمزوری سے تیری پناہ چاہتے ہیں اور قرض کے غلبہ اور لوگوں کے قہر سے تیری حفاظت چاہتے ہیں۔

سبحان ربك رب العزة عما يصفون وسلام على المرسلين

والحمد لله رب العالمين

★★★★★

★★★

★★



## فہرست مضامین

صفحہ نمبر	مضامین
۵	عرض ناشر
۷	مقدمہ ثانیہ
۸	کچھ اس کتاب کے بارے میں
۹	مقدمہ طبع اول
۱۲	یا اللہ
۱۳	سوچیں اور شکر بجالائیں
۱۴	جو گزر گیا سو گزر گیا
۱۵	آج پر نظر رکھیں
۱۷	مستقبل کو آنے دیجئے
۱۸	بے جا تنقید کا سامنا کیسے کریں
۱۹	کسی کے شکریہ کا انتظار نہ کریں
۲۰	دوسروں پر احسان سے انشراح صدر ہوتا ہے
۲۱	خالی نہ بیٹھیں
۲۲	نقال نہ بنیں
۲۳	قضا و قدر کو مانے بغیر چارہ نہیں
۲۴	عمر کے ساتھ یسر بھی ہے
۲۶	پریشان حال کی پکار کون سنتا ہے
۲۷	گھر میں رہا کریں
۲۸	بدلہ صرف اللہ دیتا ہے
۲۹	ایمان ہی زندگی ہے

شہد لیجئے لیکن چھتا نہ توڑیے

اللہ کی یاد سے ہی دلوں کو اطمینان ملتا ہے

کیا لوگوں سے اللہ کی عطا کردہ نعمتوں پر حسد کرتے ہیں

زندگی جیسے ہے ویسی ہی قبول کریں

مصیبت زدوں سے حوصلہ پائیے

نماز ۰۰۰ نماز

کافی ہے اگر ایک خدا میرے لئے ہے

قل سیروا فی الارض

صبر جمیل اختیار کریں

سارے جہاں کا درد ہمارے جگر میں ہے

چھوٹی باتوں پر آپ ٹوٹ نہ جائیں

قسمت پر راضی رہیں

اس جنت کو یاد کرتے رہئے جس کا عرض زمین و آسمان ہے

ہم نے تمہیں امت وسط بنایا ہے

رنج و غم نہ شرعاً مطلوب ہے نہ اصلاً مقصود

ادعیہ ماثورہ

مسکرائیے

غم نہ کریں

غم کی نعمت

معرفت کی نعمت

خوش رہنے کا فن

۳۰

۳۱

۳۲

۳۲

۳۳

۳۵

۳۵

۳۶

۳۷

۳۸

۳۹

۴۰

۴۱

۴۲

۴۴

۴۸

۴۸

۵۴

۵۵

۵۸

۵۹

خوش رہنے کے فن کا ایک اصول

خوش رہنے کا ایک اصول

یہ بھی سوچیں

جذبات پر قابو

صحابہ کرام کی محمد ﷺ کے ذریعہ خوش بختی

زندگی میں اکتاہٹ نہ آنے دیجئے

مضطرب ہونا چھوڑ دیں

اللہ تعالیٰ گناہ معاف کرنے والا اور توبہ قبول کرنے والا ہے

غم نہ کریں کہ ہر چیز قضا و قدر سے ہوتی ہے

غم نہ کرونگی دور ہونے کی امید رکھو

غم نہ کیجئے، زیادہ سے زیادہ استغفار کیجئے

غم نہ کیجئے، بس ہمیشہ اللہ کا ذکر کیجئے

غم نہ کریں اور اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہوں

دوسروں کی اذیت سے نہ گھبرائیں

جو کھو گیا اس پر افسوس نہ کریں

چھوٹی چیزوں پر افسوس نہ کیجئے

فکروں کو دور رکھئے

نیکی کر دریا میں ڈال

لعنت ملامت اور اعتراضات پر رنج نہ کریں

تنگ دستی پر غم نہ کریں کیونکہ قلت مال میں سلامتی ہے

جوا بھی وقوع پذیر نہیں ہو اللہ اس سے نہ ڈریے

اہل باطل اور حاسدین کی تنقید سے غمگین نہ ہوں

۶۰

۶۰

۶۲

۶۳

۶۴

۶۶

۶۸

۷۱

۷۳

۷۴

۷۶

۷۷

۷۷

۷۸

۷۸

۷۹

۸۰

۸۰

۸۱

۸۱

۸۲

۸۲

- جو اللہ نے آپ کے لئے مقدر کر دیا ہے اسی پر خوش رہئے ۸۵
- لوگوں کی حرکتیں دیکھ کر پریشان نہ ہوں ۸۶
- جس چیز کی وجہ سے آپ غمگین ہیں اس کی قیمت تو جانئے ۸۶
- حب تک آپ لوگوں سے اچھا سلوک کرتے ہیں آپ کو رنج کی ضرورت نہیں ۸۷
- کان میں بری بات پڑنے پر رنجیدہ نہ ہوں کیونکہ حسد ایک قدیم مرض ہے ۸۹
- مصائب پر صبر کا میابی کا راستہ ہے ۹۲
- یہ نہ دیکھو کہ لوگ تمہارے ساتھ کیا کر رہے ہیں ۹۳
- یہ دیکھو کہ وہ اللہ کے ساتھ کیا کر رہے ہیں ۹۳
- تنگی رزق سے نہ گھبرائیے ۹۳
- تندئی باد مخالف سے نہ گھبرا اے عقاب ۹۳
- دوسروں کا لبادہ نہ اوڑھئے ۹۴
- گوشہ نشینی اور بندے پر اس کا مثبت اثر ۹۵
- شدائد سے نہ گھبرائیں ۹۷
- خوش رہنے کے قاعدے ۹۸
- رنج و غم کیوں ہو؟ جب کہ تمہارے پاس چھ چیزیں ہیں ۱۰۰
- لوگوں کے ساتھ احسان کر کے نیک نامی کمائیے ۱۰۰
- مشکلات میں صبر و تحمل سے کام لیں ۱۰۰
- کتاب سب سے بہتر دوست ہے ۱۰۳
- مطالعے کے فائدے ۱۰۵
- جب آپ نے احسان سے لوگوں کے دل جیت لئے تو پھر کوئی غم نہیں ۱۰۶
- ایک دوسرا سٹیج بھی سچے گا، ایک نئی زندگی بھی برپا ہوگی اس لئے غم کی کوئی بات نہیں ۱۰۷

- بعض فلسفیوں کے اقوال و اعترافات ۱۰۸
- گذشتہ دن آج اور کل کے بارے میں ۱۰۹
- رنج قوت کو پاش پاش اور جسم کو توڑ دیتا ہے ۱۱۱
- رنج و غم اور حسد کے اثرات ۱۱۲
- رب تعالیٰ سے خوش گمان رہیں ۱۱۳
- جب خیالات ستائیں ۱۱۴
- مثبت اور تعمیری تنقید نہ گھبرائیں ۱۱۴
- انجام اس کے ہاتھ ہے آغاز کر کے دیکھ ۱۱۴
- اکثر افواہیں درست نہیں ہوتیں ۱۱۵
- زرمی آپ کو بہت سی مشکلات سے بچاتی ہیں ۱۱۶
- جوفوت ہو اوہ واپس نہیں آئے گا ۱۱۶
- زندگی رنج کے لائق نہیں ۱۱۷
- اللہ پر ایمان کے ساتھ حزن جمع نہیں ہو سکتا ۱۱۸
- چھوٹی چھوٹی باتوں پر رنج نہ کریں ۱۲۰
- تمہارے اوپر زیادتی ہو تب بھی رنجیدہ نہ ہو ۱۲۱
- نیک لوگ عنقا نہیں ہوتے ۱۲۲
- خاموشی اچھی غذا ہے ۱۲۳
- بلاؤں سے نہ گھبرائے کہ وہ انعام و عطیہ بھی ہو سکتے ہیں ۱۲۳
- انسان عالم اصغر ہے ۱۲۴
- کتنی ہی مصیبتیں فائدہ مند ہوتی ہیں ۱۲۶
- ایمان سے شفا ملتی ہے ۱۲۷

- اللہ مجبور مشرک کی بھی سنتا ہے  
زندگی تصور سے بھی زیادہ چھوٹی ہے اس لئے غم نہ کیجئے  
بقدر کفاف حاصل ہے تو رونے دھونے کی کیا ضرورت ہے  
جو ہوا اس پر رضا مندی سے حزن ختم ہوتا ہے  
ایک عضو کھو جانے کا کیا غم دوسرے اعضاء تو سلامت ہیں  
گردش ایام  
زمیں اور بھی آسماں اور بھی ہیں  
زندگی کے آخری لمحات میں حزن و ملال نہ کریں  
موت کا ایک اور قصہ  
حالات سے نہ گھبرائیے کیونکہ انجام سے آپ آگاہ نہیں  
دنیا اس سے بہت حقیر ہے کہ اس پر غم کیا جائے  
ایمان باللہ کے ساتھ حزن کی کیا گنجائش  
کسی آفت کا لاحق ہو جانا آپ کو تفوق سے نہیں روک سکتا  
اسلام کو پہچان لیا تو غم کی کوئی بات نہیں  
خوش بختی کے اسباب خوش بختی کے عناصر  
موت کا ایک دن معین ہے  
یا ذوالجلال والا کرام کا کثرت سے ورد کرو  
حاسد سے حفاظت کا نسخہ  
لوگوں کے ساتھ حسن اخلاق سے پیش آئیے  
پریشان نہ ہوں اس پر عمل کریں  
معصیت کے برے نتائج

۱۲۸

۱۲۹

۱۳۰

۱۳۱

۱۳۲

۱۳۳

۱۳۴

۱۳۵

۱۳۶

۱۳۷

۱۳۸

۱۳۹

۱۴۰

۱۴۱

۱۴۲

۱۴۵

۱۴۶

۱۵۰

۱۵۱

۱۵۱

۱۵۲

- روزی کی طلب میں حرص سے کام نہ لیں  
ہدایت کا راز  
جو خوش گوار زندگی چاہے وہ دس کام کرے  
امروا قعہ کو قبول کر لیں تو حزن نہ ہوگا  
اس قصہ سے یہ سبق ملتا ہے  
جس چیز کے لئے آپ غمگین ہیں  
افسردہ نہ ہوں یہ بد نصیبی کا راستہ ہے  
افسردگی خود کشی کا دروازہ ہے  
استغفار سے بندتا لے کھل جاتے ہیں  
لوگ آپ کے لئے خطرہ مول نہیں لیں گے  
مال کے خرچ کرنے میں میانہ روی اختیار کرو  
غیر اللہ سے تعلق نہ رکھیں  
انشراح صدر کے اسباب  
آزادی کا مزہ لطیف ہے  
سفیان ثوری نے مٹی کا تکیہ بنایا  
افواہ بازوں کی طرف کان نہ دھریں  
سب و شتم سے آپ کو نقصان نہ ہوگا  
کائنات کی کتاب جمال پڑھئے  
چمن میں ہر طرف بگھری ہوئی ہے داستاں میری  
حرص سود مند نہیں ہوتی  
پریشانیوں آپ کے گناہوں کا کفارہ بن جائیں گی  
ہمیں اللہ کافی ہے  
خوش نصیبی کے عناصر  
جاہ و منصب  
آؤ نماز کی طرف  
صدقہ سے سینہ میں کشادگی پیدا ہوتی ہے

۱۵۳

۱۵۴

۱۵۵

۱۵۷

۱۵۹

۱۶۱

۱۶۲

۱۶۲

۱۶۷

۱۶۹

۱۷۰

۱۷۱

۱۷۲

۱۷۳

۱۷۴

۱۷۵

۱۷۵

۱۷۷

۱۷۷

۱۷۸

۱۷۸

۱۷۹

۱۸۰

۱۸۲

## مضامین

غصہ نہ کریں

صبح سویرے پڑھی جانے والی دعائیں

قرآن ایک بابرکت کتاب

شہرت کی حرص نہ کریں

اچھی زندگی

مصیبت سے فائدہ ہوتا ہے

عبودیت کا تقاضا

احمقوں کی ہم نشینی سے حزن و ملال ہوتا ہے

مصیبت زدوں سے

توحید کی تجربہ گاہیں

ظاہر و باطن دونوں پر توجہ دیں

مشغولیت بہترین علاج ہے

اللہ ہی پناہ گاہ ہے

تین متفق علیہ چیزیں

جو آپ پر ظلم کرے اس کا معاملہ اللہ کے حوالہ کریں

کسریٰ اور ایک بڑھیا

احساس کمتری سے فائدہ بھی ہو سکتا ہے

اعتراف کے بغیر چارہ نہیں

احمقوں کے ساتھ چند لمحے

ایمان ہی راہ نجات ہے

کافروں میں بھی درجات ہیں

فولادی ارادہ

اللہ کی طرف

روزی میں تاخیر ہو جائے تو غم نہ کریں

## صفحہ نمبر

۱۸۳

۱۸۴

۱۸۶

۱۸۷

۱۸۷

۱۸۸

۱۸۸

۱۹۰

۱۹۱

۱۹۲

۱۹۵

۱۹۷

۱۹۸

۱۹۸

۲۰۰

۲۰۰

۲۰۱

۲۰۱

۲۰۲

۲۰۴

۲۰۵

۲۰۶

۲۰۸

۲۰۹

۲۱۰

۲۱۰

۲۱۱

## مضامین

یہ لمحے زندگی میں بار بار آیا نہیں کرتے

اچھے کاموں سے خوشی ملتی ہے

علم را بردل زنی یارے بود

معلومات بھی ہونی چاہئے اور غور و فکر بھی

اپنا احتساب کیا کیجئے

دفاع کا سامان کر لیں

لوگوں کو اپنا بنائیے

ملکوں ملکوں گھومئے اور قدرت کی نشانیاں دیکھئے

کچھ ہاتھ نہیں آتا بے آہ سحر گاہی

آپ کی قیمت جنت ہے

حقیقی محبت

شریعت سادہ اور آسان ہے

راحت کی بنیادیں

عشق ایک آفت ہے

برادرانہ حقوق کی ادائیگی

گناہ سے دور رہیں

رزق ضرور تلاش کریں لیکن حرص نہ ہو

آسان شریعت

تم سر بلند ہو پھر ڈر کس کا؟

چار چیزوں سے دور رہیں

اللہ تعالیٰ سے لولگائیے

## صفحہ نمبر

۲۱۵

۲۱۹

۲۲۰

۲۲۱

۲۲۲

۲۲۳

۲۲۴

۲۲۴

۲۲۵

۲۲۶

۲۲۷

۲۲۷

۲۲۹

۲۳۰

۲۳۰

۲۳۰

۲۳۲

۲۳۳

۲۳۳

۲۳۳

۲۳۵

۲۳۵

۲۳۶

۲۳۶

۲۶۰	دنیاوی بڑائی زائل ہو کر رہے گی
۲۶۲	فضائل کا اکتساب خوشحال زندگی کی معراج
۲۶۳	جنت اور نعمتیں وہاں ہے یہاں نہیں
۲۶۴	منہج ربانی کے دشمن
۲۶۷	سعادت کی کنجی
۲۶۸	کیسے تھے یہ لوگ
۲۶۹	صبر کے سلسلہ میں حکماء کے اقوال
۲۷۱	اللہ کے ساتھ حسن ظن رائگاں نہیں جاتا
۲۷۲	صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے
۲۷۳	مصائب کو کم سمجھنے کے سلسلے میں اقوال
۲۷۴	جوشکستہ ہو تو عزیز تر ہے نگاہ آئینہ ساز میں
۲۷۴	کتابیں بہترین ساتھی ہیں
۲۷۵	کتاب کائنات پڑھئے
۲۸۰	یا اللہ باللہ
۲۸۱	زمانہ الٹ پھیر کا نام ہے
۲۸۲	آپ کی غمی دشمن کے لئے شادمانی ہوگی
۲۸۳	نیک فالی اور بد فالی
۲۸۵	رنجور ہو کیوں، مسرور رہو
۲۸۸	مصیبت زدوں سے حوصلہ لیجئے
۲۹۴	رضا جوئی کے خوشگوار ثمرات
۲۹۴	رضا بالقضاء

۲۳۷	دو بڑی باتیں
۲۳۷	مصیبتوں کے فوائد بھی ہے
۲۳۸	علم ہدایت اور شفا ہے
۲۳۸	شر میں خیر ہو سکتا ہے
۲۳۸	خوش بختی عطیہ ربانی ہے
۲۳۹	یادگار سے آدمی امر ہو جاتا ہے
۲۴۰	عظیم مرثیے
۲۴۲	یہاں سے ہاتھ خالی کوئی بھی جایا نہیں کرتا
۲۴۳	اپنی دنیا آپ پیدا کر اگر زندوں میں ہے
۲۴۴	کلام الہی کو سنئے
۲۴۷	خوشی کی تلاش ہر ایک کو ہے لیکن...
۲۴۹	عمل سے زندگی بنتی ہے جنت بھی جہنم بھی
۲۵۰	کیا ہم نے تمہارا سینہ نہیں کھول دیا
۲۵۱	خوشگوار زندگی کا مفہوم
۲۵۳	خوش بختی کی حقیقت کیا ہے؟
۲۵۵	اچھے کلمے اس کی طرف جاتے ہیں
۲۵۶	اللہ کی پکڑ شدید ہے
۲۵۷	مظلوم کی دعا
۲۵۸	ترے در پہ میں کھڑا ہوں
۲۵۹	دوست ضروری ہے
۲۵۹	امن شرعاً و عقلاً مطلوب ہے



جو تقدیر پر راضی نہ ہو وہ بد بخت ہے

رضا مندی کے فائدے

رب تعالیٰ سے جھگڑا نہیں

حکم نافذ اور فیصلہ عادلانہ

شکوہ تقدیر سے کوئی فائدہ نہیں

رضا بالقضاء میں سلامتی ہے

شکوہ تقدیر شک کا دروازہ ہے

رضا غنا اور امن ہے

رضا کا ثمرہ شکر ہے

شکوہ کا ثمرہ کفر ہے

ناراضگی شیطان کی شکار گاہ ہے

رضا مندی سے ہوئے نفس ختم ہوتی ہے

دوستوں کی غلطیوں سے صرف نظر کرنا

صحت اور فراغ اور اللہ کی اطاعت میں اس کو غنیمت سمجھنا

اللہ ایمان والوں کا دوست ہے

کامیابی چاہنے والوں کے لئے نشان راہ

بڑا مرتبہ بھی ابتلا ہے

باقی رہنے والے خزانے

ہمالیائی ہمت اور حوصلہ

بڑے لوگوں کی سوانح کا مطالعہ

جب میں بیمار ہوتا ہوں تو وہی شفا دیتا ہے

۲۹۵

۲۹۵

۲۹۶

۲۹۶

۲۹۷

۲۹۷

۲۹۸

۲۹۸

۲۹۹

۲۹۹

۳۰۰

۳۰۰

۳۰۱

۳۰۲

۳۰۲

۳۰۶

۳۰۸

۳۰۸

۳۰۹

۳۱۰

۳۱۰

احتیاط برتنے

عزیمت کے ساتھ اقدام کرو

دنیا کی زندگی سب کچھ نہیں

نہ کہیں جہاں میں اماں ملی

آپ کا معاملہ ارحم الراحمین سے ہے

نیک فال لیجئے

زندگی دھوپ چھاؤں ہے

اعتدال ہی میں راہ نجات ہے

آدمی اپنی غالب صفات کے ساتھ

آپ اسی طرح پیدا ہوتے ہیں

ذہانت کے لئے نیکی اور پاکیزگی بھی درکار ہے

صاحب جمال بنئے کائنات بھی حسین لگے گی

دلیل صبح روشن ہے ستاروں کی تنگ تابلی

بغض و حسد سے بالاتر ہو جائیے

علم آسانی کی کلید ہے

یوں نہیں یوں

سب سے زیادہ شرح صدر والے نبی اکرمؐ تھے

تدریج برتیں

قلیل پر شکر نہیں کرتے تو کثیر پر کیسے کرو گے

تین باتیں

لوگو! مطمئن رہو

۳۱۲

۲۱۳

۳۱۳

۳۱۵

۳۱۶

۳۱۷

۳۱۷

۳۱۸

۳۱۹

۳۲۰

۳۲۰

۳۲۲

۳۲۳

۳۲۴

۳۲۵

۳۲۵

۳۲۶

۳۲۶

۳۲۸

۳۲۹

۳۳۰



## مضامین

- خیر کے کام برے نتائج سے بچاتے ہیں  
تفریح خاطر سے زندگانی کا سفر آسان ہو جاتا ہے  
ملکوت کا مشاہدہ کیجئے  
تجربے کی باتیں  
انتشارِ ذہنی کا شکار نہ ہوں  
ایمان و اخلاق سب سے گراں قدر ہیں  
کتنے خوش نصیب تھے یہ لوگ  
اور یہ کتنے بدنصیب تھے  
خواتین کا خیال رکھیں نرمی کا معاملہ کریں  
مسکراہٹ سے آغاز کیا جائے  
جذبہ انتقام غصہ کرنے والوں کے لئے زہر ہے  
اپنی شخصیت نہ کھود دیجئے  
صابرین لطف و کرم کے منتظر رہیں  
جس عمل میں راحت ملے اسے کیجئے  
ہم ان کو ان کو سب کو دیتے ہیں  
اللہ ایمان والوں کی رہنمائی کرتا ہے  
منہج اعتدال  
نہ یہ نہ وہ  
ولی کون ہیں؟  
اللہ اپنے بندوں پر مہربان ہے  
اللہ وہاں سے روزی دیتا ہے جہاں کا گمان بھی نہیں ہوتا

## غم نہ کریں

## صفحہ نمبر

- ۳۳۱  
۳۳۲  
۳۳۵  
۳۳۵  
۳۳۶  
۳۳۷  
۳۳۹  
۳۳۹  
۳۴۰  
۳۴۱  
۳۴۳  
۳۴۵  
۳۴۵  
۳۴۷  
۳۴۷  
۳۴۹  
۳۵۰  
۳۵۱  
۳۵۲  
۳۵۳  
۳۵۴

## غم نہ کریں

## مضامین

## صفحہ نمبر

- ۳۵۵  
۳۵۶  
۳۵۷  
۳۵۷  
۳۵۹  
۳۶۰  
۳۶۰  
۳۶۱  
۳۶۲  
۳۶۳  
۳۶۴  
۳۶۵  
۳۶۷  
۳۶۹  
۳۷۳  
۳۷۴  
۳۷۶  
۳۷۷  
۳۷۹  
۳۸۱  
۳۸۲

- وہی بارش برساتا ہے  
نعم البدل بھی وہی دیتا ہے  
مانگنا ہے تو اللہ سے مانگو  
قیمتی لمحات  
مصیبت میں کون ہمارے کام آتا ہے  
موت کا ایک قصہ  
موت میں نہ تاخیر ہو سکتی ہے اور نہ تقدیم  
جنہیں تم پکارتے ہو وہ گم ہو گئے سوائے اللہ کے  
کبھی بیماری ہی شفا بن جاتی ہے  
اولیا کی کرامات  
اللہ ہی بہترین مددگار ہے  
حلال روزی کھائیں دعا قبول ہوگی  
ہر چیز اس کی تسبیح پڑھتی ہے  
اللہ سے راضی رہو  
وادی نخلہ میں  
صحابہ کرام کو انعام سے نوازا گیا  
ہر حال میں تسلیم و رضا  
فیصلہ کرنا  
احد پہاڑ کی طرح ثابت قدم رہئے  
جیسی کرنی ویسی بھرنی  
فصح و بلیغ کلام کا ٹیکس

۳۸۳

۳۸۵

۳۸۸

۳۸۸

۳۸۹

۳۹۱

۳۹۲

۳۹۳

۳۹۷

۳۹۷

۳۹۸

۳۹۹

۴۰۰

۴۰۰

۴۰۳

۴۵۹

۴۶۵

آرام و سکون تو بس جنت میں ملے گا

نرمی مقصود کے حصول میں مدد دیتی ہے

قلق کا کوئی فائدہ نہ ہوگا

قدر کفاف میں راحت

برے سے برے احتمال کی توقع

عافیت کے ساتھ روزی روٹی ملے تو پھر دنیا کو سلام ہو

عداوت کی آگ بھڑکنے سے پہلے ہی بجھا دو

کس کا مقام نہ گراؤ

جیسا کرو گے ویسا بھرو گے

دوسروں کی محنتوں پر پانی نہ پھیریں

دوسروں کی نقل نہ کیجئے

جسے کرنے سکتے ہوں اسے چھوڑ دیں

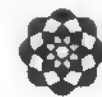
زندگی کا نظام تتر بتر نہ ہو

زیادہ کی حرص نے تمہیں غافل کر دیا ہے

خوش رہنے کے قاعدے

منتخب اشعار کا ترجمہ

فہرست مضامین



یا اللہ

اسی سے سوال کرتے ہیں سب جو آسمانوں اور زمین میں ہیں۔ ہر روز اس کی ایک نئی شان ہوتی ہے۔ جب سمندر میں ہل چل ہوتی ہے پانی موجیں مارتا ہے تیز ہوائیں چلتی ہیں تو کشتی والے اسی سے فریاد کرتے اور یا اللہ! یا اللہ! کہتے ہیں۔ جب مسافر صحراء میں بھٹک جاتا ہے قافلہ راستہ سے ہٹ جاتا ہے اس کی راہ گم ہو جاتی ہے تو وہ پکار اٹھتے ہیں یا اللہ!۔ جب طلب گاروں پر راستے بند ہو جاتے ہیں مانگنے والوں کو نہیں دیا جاتا تو ان کی پکار ہوتی ہے 'یا اللہ!'۔ جب تدبیریں ناکام ہو جائیں، امیدیں ساتھ چھوڑ جائیں، ذرائع مسدود اور راستے بند ہو جائیں تو لوگ اللہ ہی سے فریاد کرتے ہیں۔

جب زمین اپنی وسعت کے باوجود تم پر تنگ ہو جائے اور رنج و الم سے دم گھٹنے لگے تو اللہ کو پکارو۔ بقول عربی شاعر :

”تنگ و تاریک زمانہ اور مصیبتوں کے بادلوں میں میں نے دعائے نیم شبی میں تیرا نام لیا تو ہر صبح روشن و تابناک ہو گئی۔“

اللہ ہی کی طرف جاتے ہیں اچھے کلمے، خالص دعاء، سچی پکار، معصومانہ آنسو اور درد انگیز نالے، ضرورت مندی میں دعائے نیم شب میں اس کی طرف ہاتھ اٹھتے ہیں۔ مصیبتوں میں آنکھیں اسی کی طرف دیکھتی ہیں۔ حادثات میں اسی سے فریاد کی جاتی ہے۔

فریاد، پکار اور سوال میں اسی کا نام زبانوں پر ہوتا ہے، قلب و روح اسی سے سکون پاتے ہیں۔ احساسات اور اعصاب ٹھنڈے پڑتے ہیں، عقل لوٹ آتی اور یقین پیدا ہوتا ہے کہ ”اللہ اپنے بندوں سے رحم و کرم کا معاملہ کرتا ہے۔“

اللہ: کیا پیارا نام ہے کتنے خوبصورت حروف ہیں کتنے قیمتی کلمے اور صحیح ترین تعبیر ہے ”کیا اس کا کوئی اور ہم نام ہے؟ اللہ کہئے فوراً ہی ذہن میں غنا، بقا، قوت و نصرت، عزت و قدرت اور حکمت کا سراپا گھوم جائے گا ”اس دن کس کی بادشاہی ہوگی؟، اللہ واحد و قہار کی“، اللہ کا لفظ نکالنے، لطف و عنایت، مدد و فریاد رسی محبت اور احسان کا جلوہ دکھائی دے گا۔ تمہیں جو بھی نعمت ملتی ہے وہ اللہ کی

طرف سے ہے۔ اللہ: جلال و عظمت والا ہیبت و جبروت سے متصف۔ بقول عربی شاعر :

”تیرے جلال و قدوسیت کے بیان کے لئے کتنے ہی الفاظ ڈھالے جائیں۔ الفاظ و معانی کے سارے ذخیرے تیرے جلال کی تعبیر سے قاصر ہیں“

بارالہ! حسرت کو خوشی، غم کو سرور اور خوف کو امن میں بدل دے اے اللہ دل کی آگ کو یقین کی ٹھنڈک سے بجھا دے، نفس کے شعلوں کو ایمان کے پانی سے سرد کر دے، یارب! جاگتی آنکھوں کو نیند، مضطرب نفوس کو سکینت عطا کر انہیں جلد ہی کامیابی سے نواز یارب کریم! بے بصیرتوں کو اپنا نور دے کشتگان راہ ضلالت کو اپنا راستہ دکھا دے۔

بارالہ! وسوسوں کو نورانی شعاعوں سے زائل کر دے۔ باطل پرست نفس کا گلا حق کے لشکر سے گھونٹ دے۔ شیطان کی چالوں اور تدبیروں کو اپنی مدد و نصرت سے تباہ کر دے۔ اے اللہ! ہمارے غم، رنج و فکر اور قلق کو دور فرما دے۔ ہم خوف اور پست ہمتی سے تیری پناہ چاہتے ہیں، تجھی پر بھروسہ کرتے ہیں تجھی سے مانگتے ہیں، تو ہی ہمارا سرپرست ہے تو کیا خوب سرپرست اور مددگار ہے۔

### سوچیں اور شکر بجالائیں

مطلب یہ ہے کہ جب آپ اللہ کی نعمتوں کو یاد کریں گے تو آپ کو سرتا قدم نعمت ہی نعمت دکھائی دے گی ”اگر تم اللہ کی نعمت کو شمار کرنے لگو تو گن نہ پاؤ گے“ جسمانی صحت، وطن میں امن، سکون، کھانا کپڑا، پانی ہوا۔ یعنی پوری دنیا آپ کے پاس ہے اور آپ کو احساس بھی نہیں زندگی کے مالک ہیں لیکن اس کا شعور نہیں۔ ”اس نے اپنی ظاہری اور باطنی نعمتیں تم پر انڈیل دی ہیں“ آپ کے پاس آنکھیں ہیں، زبان ہے، دو ہونٹ ہیں، دو ہاتھ دو پیر ہیں:

”تم اپنے رب کی کن کن نعمتوں کو جھٹلاؤ گے۔“ (سورۃ الرحمن)

کیا یہ آسان بات ہے کہ آپ اپنے پیروں پر چل پھر رہے ہیں جب کہ کتنے ہی پاؤں کاٹ دیئے گئے؟ آپ پنڈلی کے بل کھڑے ہو جاتے ہیں جب کہ کتنی ہی پنڈلیاں ٹوٹی ہوئی ہیں؟ کیا آپ اس کے مستحق ہیں کہ پرسکون نیند سوئیں جب کہ آلام زندگی نے کتنوں کی نیند اڑا دی ہے؟ اور پیٹ بھر کر

کھائیں، سیراب ہو کر پیئیں جب کہ کتنے ہیں جن کو کھانا نہیں ملتا، بیمار یوں نے انہیں کھانے پینے سے روک رکھا ہے؟ کان کے بارے میں سوچیں آپ کی سماعت درست ہے، آنکھ کے بارے میں سوچیں آپ اندھے نہیں، اپنی جلد کو دیکھئے جو برص و جذام سے محفوظ ہے، اپنی عقل کے بارے میں سوچئے کہ آپ عقل والے ہیں آپ پر جنون یا دیوانگی طاری نہیں۔

کیا آپ اُحد پہاڑ جتنا سونا لے کر اپنی آنکھ دے دیں گے کیا آپ شہلان پہاڑ کے برابر چاندی لے کر اپنی سماعت دے دیں گے؟ کیا آپ زبان کے بدلے قصر زہراء لینا اور گونگا ہونا پسند کریں گے؟ کیا آپ یا قوت اور موتی لے کر اپنے ہاتھوں کا سودا کر لیں گے؟ کتنی نعمتیں ہیں جو آپ کو ملی ہوئی ہیں کتنے انعامات ہیں جن سے آپ لطف اندوز ہو رہے ہیں لیکن آپ کو اس کا ادراک نہیں۔ آپ کو گرم روٹی، ٹھنڈا پانی، میٹھی نیند اور عافیت حاصل ہے لیکن پھر بھی پریشان و مغموم ہیں۔ رنجیدہ اور اداس ہیں۔ جو مفقود ہے اس کے بارے میں سوچتے ہیں جو موجود ہے اس کا شکریہ ادا نہیں کرتے۔ مالی نقصان پہنچ جائے تو آپ پریشان ہو جاتے ہیں حالانکہ خوش بختی، خیر، صلاحیت، نعمتیں اور اشیاء سبھی کچھ تو آپ کے پاس ہے ان کے سلسلہ میں آپ سوچیں اور خدا کا شکر ادا کریں

”تمہارے نفوس میں بھی تمہارے لئے نشانیاں ہیں تو کیا تم سوچتے نہیں۔“

اپنی جان اپنے گھر والوں، اپنے کام اپنی صحت، اپنے دوستوں اور ارد گرد کی دنیا کے بارے میں سوچیں۔

”اللہ کی نعمت جانتے ہیں پھر بھی اس کا انکار کر دیتے ہیں۔“ (۸۳:۱۶)

### جو گزر گیا سو گزر گیا

ماضی میں جینا، اس کے غموں اور المیوں کو یاد کرتے رہنا اور ان پر رنج کرنا بے وقوفی اور حماقت ہے۔ اس سے ارادہ مضحل اور موجودہ زندگی مکرر ہو جائے گی حکماء کہتے ہیں کہ ماضی کی فائل لپیٹ کر رکھ دی جائے اسے کھولا نہ جانا چاہئے بلکہ ہمیشہ کے لئے بھلا دینا چاہئے۔ اسے کسی درجہ میں ڈال کر بند کر دیا جائے۔ کیونکہ جو گزر گیا وہ گزر چکا نہ اس کی یاد اسے لوٹائے گی نہ کوئی غم یا رنج و فکر اسے زندہ کر سکتی

ہے، کیونکہ ماضی کا مطلب ہے عدم، ماضی پرستی کے مرض میں مبتلا مت رہئے، جو چھوٹ گیا اس کی پرچھائیوں سے پیچھا چھڑائیے۔ کیونکہ آپ دریا کو اصل کی طرف، سورج کو مطلع کی طرف بچہ کو ماں کے پیٹ میں، دودھ کو چھاتی میں اور آنسو کو آنکھ میں واپس نہیں لاسکتے۔

ماضی کے سایہ میں رہنا، اسے یاد کرتے رہنا، اس کی آگ میں جلنا، ایک افسوسناک، المناک اور مرعوب کن بات ہے۔ ماضی کی کتاب پڑھنے سے حاضر کی بربادی اور وقت کا زیاں ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں گزشتہ اقوام کا اور ان کے کاموں کا تذکرہ کیا ہے اور کہا کہ ”یہ ایک قوم تھی جو گزر چکی“ یعنی ان قوموں کا معاملہ ختم ہوا۔ ماضی کے گڑے مردے اکھاڑنے اور تاریخ کے پہیے کو پلٹانے سے کیا حاصل۔ ماضی کی بات دہرانے والا تو ایسا ہے کہ کوئی پسے ہوئے آٹے کو پھر پیسے یا کٹی لکڑی کو پھر سے کاٹے، ماضی کا رونا رونے والوں کے بارے میں پچھلوں کا کہنا ہے کہ ”تم مردوں کو قبروں سے نہ نکالو“

ہماری مشکل یہ ہے کہ ہم حال سے عاجز اور ماضی سے چمٹے ہوئے ہیں اپنے خوبصورت محلات کو یونہی چھوڑ کر ماضی کے بوسیدہ قلعوں کو روتے رہتے ہیں حالانکہ ماضی کو واپس لانے پر تو جن و انس جمع ہو کر بھی قادر نہیں ہو سکتے۔ لوگ پیچھے کی طرف نہیں دیکھتے، ہوا آگے کو چلتی ہے، پانی آگے کو بہتا ہے، کاررواں آگے چلتا ہے یہ سنت حیات ہے آپ اس کی مخالفت نہ کریں۔

### آج پر نظر رکھیں

صبح ہو جائے تو شام کا انتظار نہ کریں۔ بس آج اور ابھی پر نظر رکھیں نہ کل پر جو اچھا برا گزر چکا اور نہ آئندہ پر جو ابھی آیا ہی نہیں۔ آپ کی عمر تو بس ایک دن ہے اسی دن کا سورج آپ کو ملا ہے۔ اس لئے دل میں سوچئے کہ بس آج ہی تو جینا ہے گویا آج ہی آپ پیدا ہوئے۔ آج ہی مرجائیں گے۔ اس صورت میں آپ کی زندگی ماضی کے سایوں اور تفکرات اور مستقبل کی اُمیدوں اور توقعات کے بیچ لٹکی نہ رہے گی۔ آپ اپنی پوری توجہ، ساری صلاحیت، خلافت و ذہانت صرف آج پر لگا دیں۔ آج کی آپ کی نماز خشوع و خضوع والی ہو۔ تلاوت کریں تو تدبر کے ساتھ کریں۔ جانکاری حاصل کریں تو تامل کے